

Rezept Kürbisbrötchen

200 g Kürbispüree fest (nicht wässrig)
500 g Weissmehl (oder Mehlmischung)
1,5 TL Salz
20 g Hefe
1 EL Olivenöl
1 EL Honig
200 ml Wasser

Küchenschnur dick

Für die Lauge: ½ l Wasser 25g Natron
Fleur de Sel oder Meersalz

Rezept Randenbrötchen

200 g Hummus (Kichererbsenpüree) mit rohen Randen*(oder Randensaft gefärbt)
500 g Ruchmehl
1 gehäufte TL Salz
20 g Hefe
1 EL Olivenöl
1 EL Honig
180 -220 ml Wasser/*Randensaft (je nach Bedarf)

Küchenschnur dick
(Milchwasser oder Natronlauge)

Zubereitung:

Mehl mit Salz in der Teigschüssel vermengen. In einem Massbecher die frische Hefe ins lauwarme Wasser geben, Olivenöl und Honig hinzufügen. Das Kürbispüree oder den Randenhummus zum Wasser-Hefegemisch geben und verrühren. Die Flüssigkeit zum Mehl hinzufügen und zu einem glatten Teig kneten lassen (Teigmaschine) oder von Hand zu einem weichen Teig kneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 1-2 Stunden um das Doppelte aufgehen lassen.

Aus dem Teig auf wenig Mehl ca. 8 Kugeln formen und diese mit Küchenschnur abbinden. Dafür von der Küchenschnur ca. 80 cm abschneiden. Die Mitte der Schnur über eine Kugel legen. Die Kugel mit der Schnur umdrehen und unten kreuzen. Die Kugel erneut mit der Schnur drehen. Diesen Schritt wiederholen bis 8 Abschnitte entstehen. Die Schnur am Schluss verknoten. Dabei sollte man darauf achten, dass man die Schnur nur satt um die Kugel schnürt, ohne dass sie einschneidet, da das Brötchen noch aufgeht.

Wer gerne Laugengebäck hat, taucht die Brötchen nun in die heisse Lauge (Wasser aufkochen und mit 25g Natron mischen (Achtung: es schäumt!), kurz kochen lassen. In Chromstahlgefäß umfüllen. Mit einer Schaumkelle die fertig geformten Brötchen ca. 30 Sekunden in die Lauge tunken.

Die Brötchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, allenfalls mit Fleur de Sel oder Meersalz bestreuen. Die Brötchen können aber auch nur mit Milchwasser bestrichen werden oder ganz natur gebacken werden. 30 Minuten ruhen lassen, dann in den 200 Grad heissen Backofen schieben. Die Kürbisbrötchen ca. 25 Minuten backen. Die Brötchen sind fertig gebacken, wenn sie hohl klingen, wenn man auf den Boden klopft. Die Kürbis- oder Randenbrötchen etwas abkühlen lassen. Danach die Küchenschnur entfernen und am besten noch lauwarm geniessen.